【恒春區語文競賽 作文項目】 專用稿紙

也無風雨也無晴

一主任！小宇又開始不意作業了，講了很多次仍是一樣。」這是每日早晨，教師的哀怨嘆無力。「主任！孩子今天特別設計驚喜，我覺得自己很幸福。」這是每天下午，時而刮風下雨，時而大晴天，實在擔心情緒風暴會不會摧毀老師們的心靈。受因斯坦曾經說過：「人生就像騎單車，要保持平衡才能繼續前進。」當我們被孩子影響，讓情緒(緒)失衡狀態，風雨又晴天，非喜文加時，莫竇對教師的心理是有某種程度的職業傷害。

無風雨無晴，是種情緒上的穩定，處於平靜的狀態，如何讓情緒曲線從高低起伏回歸到一橫線，是需要策略並且日常練習而來。當孩子出現脫軌的行為，企圖引起教師注意，我們的第一反應通常就是說出他的名字，並且告誡他不能，老師的怒火若無適時調整，班級就會瞬變成戰場，這樣的生氣會延續一整天，我看孩子很辛苦，老師也很辛苦。那如何回歸平靜呢？我認為是事件發生的那一瞬間，你決定使用哪個角度去觀察行為本身，如果你在意了後意義，當下的怨氣會減少一些，當情緒不再主導師生時，解決行為問題，並且加上好的結局。一位教育家曾經這樣說：「教育並不是注滿一桶心，而是點燃一把火。」教師若無適時照護自己的心靈，點燃那把火的心總有一天會油燈枯盡。

教學是一條長遠的路，而教師的職業非常特殊，是以

【恆春區語文競賽　作文項目】　專用稿紙

生命影響生命，其重在的重大，不言可喻。每個教師對孩子的關愛都是全心全意，都想把每個孩子帶好，希望每次的學習過程都能獲得美好結果。似乎這樣才能稱為好老師，但這樣的意念往往給自己太大的壓力，日積月累的結果，使自己成為風暴中心，有時候這樣情緒來自於本身，過度期望，而現實無法到達而導致的後果。學習的過程如同遊戲場，常怒森林的方法，不會只有直線那一條，或許轉個彎的風景更遼闊更舒坦。理解孩子的行為皆後意義，老師更要觀察自己情緒屬性，從哪來從哪走，這樣在面對每天的突發事件，可以更加快速令析自己處在哪個位置。

讓情緒來也讓他離開，無論是在風雨裡擾步或者陽光不起舞，都希望在教育路上的彼此，能夠永遠保持平靜且穩定的那把火。我們的職業是特別的，但不代表你一定要完美，比孩子更厲害才是好老師，跟著孩子一起成長，讓他們告訴你錯誤的意義是為了「變成對！」或許可以放下自我的要求，坦然的面對錯誤。也無風雨也無晴，期待每次天班，大家都能擁有一套自我療癒的好法寶，將自己的心歸零，在每一次走進辦公室或教室時，心是重新開始，平靜的渡過這一天。